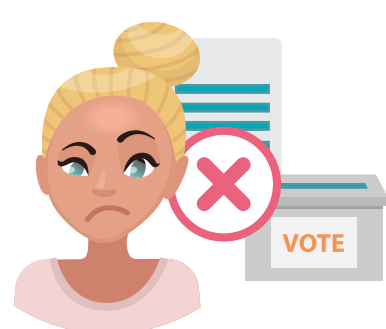




Parfois, c'est difficile pour les personnes avec un handicap intellectuel de parler pour elles-mêmes. Il y a plusieurs raisons à cela.

Les personnes avec un handicap intellectuel ne sont souvent pas autorisées à faire certaines choses par eux-mêmes.

Par exemple, voter et se présenter aux élections, signer des contrats ou créer leurs propres organisations. C'est contre vos droits si vous n'êtes pas autorisés à faire ces choses.



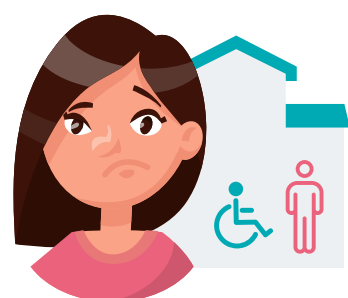
Beaucoup d'informations à propos de choses importantes ne sont pas facile à comprendre.

Par exemple, des informations sur les maladies. Cela rend difficile pour les personnes avec un handicap intellectuel de prendre leurs propres décisions. Par exemple sur leur santé.



Les personnes avec un handicap intellectuel sont souvent placées dans des institutions.

Alors elles sont séparées des autres personnes. Elles doivent suivre les règles de l'institution et ne peuvent pas décider pour elles-mêmes.



Mais il y a plusieurs façons de devenir plus autonome!

Inscrivez-vous au groupe d'auto-représentants dans votre ville.

C'est ce que Cátia a fait. Pour en savoir plus sur Cátia : cliquez [ici](#) (en anglais) Vous pouvez également vous réunir avec d'autres auto-représentants et créer un nouveau groupe d'auto-représentants.



Dites à votre journal local d'écrire plus de textes en Facile à Lire et à Comprendre (FALC).

C'est ce que Jean-Baptiste a fait. Pour en savoir plus sur Jean-Baptiste : cliquez [ici](#).



Menez des actions contre les institutions.

C'est ce que fait Elisabeta. Pour en savoir plus sur Elisabeta : cliquez [ici](#) (en anglais).



Parlez pour vous-même et décidez de votre propre vie!

Pour en savoir plus sur d'autres auto-représentants, cliquez [ici](#) (en anglais).

